



# LE JOURNAL DU GEM

## « LES AILES DE L'ESPOIR »

Ce journal s'adresse aux personnes adhérentes de notre association et à celles qui souhaitent découvrir notre fonctionnement. Association d'adhérents ouverte en priorité aux personnes en situation de fragilité. Adhésion annuelle de 17 euros par personne.

La vie du GEM  
Informations pratiques

### Antenne de Mulhouse

4, avenue Schuman  
68100 Mulhouse  
Tél : 03.89.32.81.27

e-mail : gemade68@outlook.com  
http://gem.ailesdelespoir.free.fr

Comment venir au  
4, avenue Robert Schuman ?

Par tram : arrêt porte jeune

Par bus : arrêt Anvers

En voiture : vous pouvez vous  
garer parking Porte Jeune.

Horaires d'ouverture du GEM  
(sauf exception)

Lundi : 10h/17h

Mardi : 10h/17h

Mercredi : 10h/17h

Jedi : 10h/17h

Vendredi : 10h/17h

Samedis, dimanches et soirées : se-  
lon les propositions des adhérents

### Antenne du Sundgau

18 rue de France  
68130 Altkirch  
Tél : 06.49.99.97.37

e-mail : gemade68.sundgau@gmail.com

Comment venir au 18, rue de  
France?

En train : à 5 min de la gare

En voiture : vous pouvez vous garer  
au parking de l'Ill - Rue de France

Ouvertures prévisionnelles du mardi au  
vendredi, pour plus d'information veuillez  
vous renseigner par téléphone ou par  
mail.

Parrain:



Financeurs:



### Cluedo géant

AVEC Philippe T- 2€ de transport + repas  
tiré du sac le Mardi 18 sept. au CH de  
Rouffach, un cluedo géant  
est organisé.. Venez ré-  
soudre les énigmes et dé-  
nouer les mystères...



### Séjour Croatie

Du 16 au 22  
septembre 2018



### Programme Filature

Rendez-vous au GEM le 7  
septembre à 14h pour connaître le  
nouveau programme de la rentrée  
2018/2019 des spectacles  
à la Filature !



### Débat politique

avec Philippe R et Aza mardi 4 septembre  
2018 de 14h à 15h30.

Discussions  
autour de  
thèmes d'ac-  
tualité qui con-  
cernent la vie  
politique.



### Concours Belote avec

Claudio

Le mardi 18

1€ de participation

Il y aura également des  
entraînements les mardis  
après-midi.

### Tournoi Scrabble avec

Christophe B

1€ de participation

Lundi 3 sept. De 17h à 17h

### Karaoké avec le GEM de Colmar et la Navette

Lundi 24 sept. De 14h  
à 17h

### Initiation au Yödel

avec Odile C. Mardi 11 sept.  
de 14h à 15h

Venez apprendre à jouer de la  
musique avec des cuillères!

~La citation du  
mois~

« On peut tou-  
jours plus que  
ce que l'on  
croit pouvoir. »  
-Joseph Kessel



Guillaume Bu, Caroline B, Serge E, Jean-  
Louis, Tulay, Wahid, Déborah, Claudio,  
Antoine M.

### Initiation au Kara- té avec Salah

Tous les jeudis de  
14h30 à 16h



Happy  
Birthday!

Planning prévisionnel Septembre 2018

Jours	Horaires activités – Activités - <i>Les Lieux hors GEM sont précisés</i>
Samedi 1 14h/17h	14h/17h: permanence avec Salah
Dimanche 2 14h/17h	14h/17h : permanence avec Salah
Lundi 3 10h/17h	11h/12h: saisie de textes pour un livre avec Jessica 10h/11h : Nettoyage du local 14h/15h: <u>Groupe de parole et d'échanges avec Philippe</u> 15h /17h: Tournoi de Scrabble avec Christophe B -1€ 17h/18h : tea time avec Jessica 17h30/21h: Soirée martiniquaise avec Jean-Louis et Aza 7€
Mardi 4 10h/17h	11h/12h: <u>projet musical avec Laurent et Jessica</u> 14h : <u>Marche Nordique avec Naïm</u> 14h/17h: <u>Excursion à vélo avec Serge E et Vincent</u> 14h/15h30: <u>débat politique avec Philippe R et Aza</u> 15h/16h : <u>entraînement Belote avec Claudio</u> 16h/18h: <u>prépa marché de Noël avec Dolores et Aza</u>
Mercredi 5 10h/17h	10h/11h : <u>Nettoyage du local</u> 14h : <u>Djembé avec Odile C et Bernard W</u> 14h30/15h : <u>Réunion Journal</u> 15h30/17h : <u>Informatique avec Michaël B sur RDV</u> 16h30/18h : <u>Chant avec Laurent et Jessica</u>
Jeudi 6 10h/12h 14h/17h	10h/12h : <u>préparation du repas</u> 12h/14h : <u>repas avec Delphine—6€</u> <u>14h30/15h30: réunion d'info Mobi GEM</u> 16h/17h: <u>atelier au féminin avec Yasmina et Aza ( apporter ses cosmétiques)</u> 17h/18h: <u>Cours de guitare avec Laurent</u>
Vendredi 7 12h/18h	9h/12h: <u>réunions salariées</u> 13h30/14h : <u>réunion Asa</u> 14h/17h: <u>présentation Filature</u>
Samedi 8 14h/17h	<u>14h/17h</u> : permanence avec Salah <u>11h/17h</u> : Sortie Haut-Koenigsburg avec Violette l'antenne du Sundgau—12€ en train <u>19h30 devant le GEM</u> : Restau 3 paysans avec Stéphan et Christelle— 2€ de caution

Dimanche 9 14h/17h	14h/17h : permanence avec Salah
Lundi 10 10h/17h	11h/12h: saisie de textes pour le nouveau livre avec Jessica 10h/11h : Nettoyage du local 14h/17h : Bowling au Kinopolis avec Delphine (4€/ partie + prix du transport) 17h/18h : tea time avec Jessica
Mardi 11 10h/17h	10h30/11h30: <u>réunion COPIL mobi GEM</u> 11h30 : <u>Restau Fonderie avec Delphine – 2€ Caution + trajet</u> 14h : <u>Marche Nordique avec Naïm</u> 14h/15h : <u>Yödel avec Odile C</u> 15h/16h : <u>entraînement Belote avec Claudio</u> 16h/18h: <u>prépa marché de Noël avec Dolores et Aza</u>
Mercredi 12 10h/17h	10h/11h : <u>Nettoyage du local</u> 14h : <u>Djembé avec Odile C et Bernard W</u> 14h30/15h : <u>Réunion Journal</u> 15h30/17h : <u>Informatique avec Michaël B sur RDV</u> 16h30/18h : <u>Chant avec Laurent et Jessica</u>
Jeudi 13 10h/12h 14h/17h	10h/12h : <u>préparation du repas</u> 12h/14h : <u>repas avec Seb et Odile-6€</u> <u>14h/15h: réunion adhérents</u> 14h30/16h: <u>initiation au Karaté avec Salah</u> 17h/18h: <u>Harmonisation des chakras avec Jo</u>
Vendredi 14 10h/17h	10h30/12h : <u>Piscine avec Salah</u> 10h: <u>atelier d'écriture avec Jessica</u> 12h/13h30 : <u>local ouvert permanence avec Salah</u> 14h30/16h : <u>entraînement énergétique avec Laurent et Jessica</u> 16h30/17h : <u>Zumbagem avec Jo et Laurent</u>
Samedi 15 10h/17h	10h/17h: Sortie au Ballon d'Alsace Avec Laurent -3 €
Dimanche 16 14h/17h	14h/17h : permanence avec Salah Départ pour la Croatie !
Lundi 17 10h/17h pour info : séjour Croatie	11h/12h:saisie de textes pour le nouveau livre avec Jessica 10h/11h : Nettoyage du local 12h/13h30 : local ouvert permanence avec Salah 13h : <u>Cinéma Le palace avec Delphine</u> 17h/18h : tea time avec Jessica

<p><b>Mardi 18</b> 10h/17h pour info : séjour Croatie</p>	<p>9h /14h: <b>CLUEDO géant au CH de Rouffach avec Philippe T. repas tiré du sac 2€ trajet</b> 11h/12h: <b>projet musical avec Laurent et Jessica</b> 12h/13h30 : <b>Local ouvert permanence avec Salah</b> 14h : <b>Marche Nordique avec Naïm</b> 15h : <b>Concours Belote avec Claudio -1€</b> 16h/17h: <b>prépa marché de Noël avec Dolores et Jessica</b></p>
<p><b>Mercredi 19</b> 10h/17h pour info : séjour Croatie</p>	<p>10h/11h : <b>Nettoyage du local</b> 12h/13h30 : <b>Local ouvert permanence avec Salah</b> 11h20 RVD au GEM: <b>Restau Palace avec Marie-Christine-2€ de caution + prévoir transport en commun</b> 14h:<b>Djembé avec Odile C et Bernard W</b> 14h30/15h : <b>Réunion Journal</b> 15h30/17h : <b>Informatique avec Michaël B sur RDV</b> 16h30/18h : <b>Chant avec Laurent et Jessica</b></p>
<p><b>Jeudi 20</b> 10h/12h 14h/17h Pour info : cérémonie CREHPSY pour info : séjour Croatie</p>	<p>10h/12h : <b>préparation du repas</b> 12h/14h : <b>repas avec Philippe R-5€</b> 14h30/16h: <b>initiation au Karaté avec Salah</b> 17h/18h: <b>Cours de guitare avec Laurent</b></p>
<p><b>Vendredi 21</b> 10h/17h pour info : séjour Croatie</p>	<p>10h30/12h : <b>Piscine avec Salah</b> <u>10h: Equipe mobile « Gestion de crises »</u> 12h/13h30 : <b>local ouvert permanence avec Salah</b> 14h30/16h : <b>entrainement énergétique avec Laurent et Jessica</b> 16h30/17h : <b>Zumbagem avec Jo et Laurent</b></p>
<p><b>Samedi 22</b> 14h/17h</p>	<p>14h/17h : <b>permanence avec Salah</b> <b>Retour Croatie !</b></p>
<p><b>Dimanche 23</b> 14h/17h</p>	<p>14h/17h : <b>permanence avec Salah</b></p>
<p><b>Lundi 24</b> 10h/17h</p>	<p>11h/12h: <b>saisie de textes pour le nouveau livre avec Jessica</b> 10h/11h : <b>Nettoyage du local</b> 12h/13h30 : <b>local ouvert permanence avec Salah</b> 14h/17h: <b>Karaoké avec Yasmina ,le GEM de Colmar et La Navette</b> 17h/18h : <b>tea time avec Jessica</b></p>
<p><b>Mardi 25</b> 10h/17h</p>	<p>10h15 /12h: <b>Intervention Tabacologue avec Philippe T « Outils d'aide à l'arrêt »</b> 12h/13h30 : <b>Local ouvert permanence avec Salah</b> 14h : <b>Marche Nordique avec Naïm</b> 16h/17h: <b>prépa marché de Noël avec Dolores et Jessica</b></p>

<p><b>Mercredi 26</b> 10h/17h</p>	<p>10h/11h : <b>Nettoyage du local</b> 12h/13h30 : <b>Local ouvert permanence avec Salah</b> 14h:<b>Djembé avec Odile C et Bernard W</b> 14h30/15h : <b>Réunion Journal</b> 15h30/17h : <b>Informatique avec Michaël B sur RDV</b> 16h30/18h : <b>Chant avec Laurent et Jessica</b></p>
<p><b>Jeudi 27</b> 10h/12h 14h/17h Pour info: CA fermeture à 17h</p>	<p>10h/12h : <b>préparation du repas</b> 12h/14h : <b>repas avec Tulay-7€</b> 14h/15h: <b>Atelier bienveillance avec Michaël B</b> 14h30/16h: <b>initiation au Karaté avec Salah</b></p>
<p><b>Vendredi 28</b> 10h/17h</p>	<p>10h30/12h : <b>Piscine avec Salah</b> 10h: <b>atelier d'écriture avec Jessica</b> 12h/13h30 : <b>local ouvert</b> 13h30: <b>réunion ASA</b> 14h30/16h : <b>entrainement énergétique avec Laurent et Jessica</b> 16h30/17h : <b>Zumbagem avec Jo et Laurent</b></p>
<p><b>Samedi 29</b> 14h/17h</p>	<p>14h/17h : <b>permanence avec Salah</b></p>
<p><b>Dimanche 30</b> 14h/17h</p>	<p>14h/17h : <b>permanence avec Salah</b></p>

## Menus prévisionnels du Jeudi

*Septembre*

**Jeudi 6 :** *Diverses Salades avec charcuterie, fromage et raisin.*

**Jeudi 13 :** *Repas espagnol : tapas, salades, salade de fruits*

**Jeudi 20 :** *feuilleté tomate chèvre, gratin de légumes et tarte au pomme*

**Jeudi 27 :** *Salade de concombre, taboulé turc, potcha et gâteau biscuit*



Toutes les activités sur l'antenne du Sundgau et de Mulhouse sont ouvertes à tous les adhérents du GEM les Ailes de l'Espoir

**Planning prévisionnel Altkirch**  
**Septembre – 2018**

Samedi 8 11h/18h	11h/18h: Sortie au Haut Koenigsbourg -12€ Départ d'Altkirch 10h25 Départ Mulhouse: 11h39
Mardi 11 16h/21h	Sortie Barbecue au CATTP -7€
Jeudi 13 10h/18h	10h/17h: randonnée à Hirsingue (départ 10h30 local Altkirch) Pique-nique tiré du sac
Mardi 18 9h/14h	9h/14h: Cluedo Géant à Rouffach
Vendredi 21 14h/17h	14h/17h: après-midi jeux au GES
Samedi 22 14h/18h	Bowling de 14h à 18h à Mulhouse – 5€ + prix transport en commun
Mercredi 26 17h30/21h	17h30/21h: Barbecue à Hirsingue -7€

**MOBI GEM**

*Exporter le GEM dans la rue pour recueillir, sensibiliser et échanger autour des maladies psychiques voilà le projet que nous*

*portons ensemble*

**Présentation du Projet MOBI GEM**

**Jeudi 6 septembre 2018**

**De 14h30 à 15h30**

Des travaux sont prévus en septembre du lundi au vendredi sauf :

- ~Lundi 3
- ~Vendredi 7
- ~Lundi 10
- ~Mardi 11
- ~Jeudi 13
- ~Lundi 24
- ~Mercredi 26
- ~Jeudi 27

En peinture jusqu'au cou



**Copil de l'antenne du Sundgau**

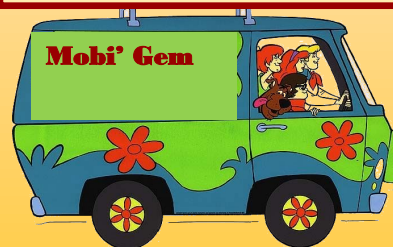
L'antenne du Sundgau est en train de créer et de composer un groupe pilote afin de gérer son fonctionnement quotidien et d'être force de proposition quant à l'organisation, aux projets, aux partenariats...

Ce groupe est composé de :

- 4 adhérents de l'antenne du Sundgau élus : un régisseur (assure le lien entre l'antenne du Sundgau et le président du GEM), un scripteur (écrit les comptes rendus des réunions), un argentier (tenu de la caisse), et un logisticien (gestion des stocks).
- le président du GEM ou un représentant
- un facilitateur
- un représentant du parrain
- le coordinateur de l'association
- l'animateur de l'antenne du Sundgau

Ce Copil se réunira toutes les 6 semaines environs et fera remonter ses propositions et réflexions au conseil d'administration du GEM, qui valident ou non.

Petit à petit, l'oiseau fait son nid !



## QUELQUES INFOS EN VRAC... MAIS IMPORTANTES!

**Vous êtes partie prenante de la vie de l'association du GEM...alors n'hésitez pas à vous exprimer, à vous investir dans l'organisation d'activités, dans la vie générale de l'association...**

**° Les locaux sont aussi les vôtres...alors pensez à nettoyer vos tasses sales, à donner un coup de balai, à vérifier que les toilettes restent propres... C'est votre image et celle de l'association que vous faites vivre au travers de ces petites actions!**

**° Les Inscriptions aux activités : pour des raisons d'organisation et de respect pour les personnes qui organisent des activités, nous vous rappelons que vous devez vous inscrire au moins 3 jours avant la date de l'activité (en passant au GEM ou par téléphone).**

**° Pour les repas du jeudi, nous vous demandons de régler le montant avant le mardi midi qui précède chaque repas!**

**Il vous est demandé de vous investir au minimum sur l'une des tâches suivantes: faire les courses, le repas, préparer les tables, servir, nettoyer et ranger les tables, nettoyer et ranger la vaisselle, nettoyer et ranger le local... ainsi vous participez à créer une ambiance amicale!**

**Chacun d'entre vous doit se renseigner sur la composition du menu et décider s'il souhaite partager le repas.**

**° Nous vous rappelons que les signes religieux (croix, foulards..) sont tolérés, mais que tout acte de prosélytisme est interdit.**

**Ne pas attendre devant la porte avant l'heure d'ouverture du local ni fumer en devant la porte d'entrée**

**°Pour le respect de tous nous vous demandons de sortir du local et du bâtiment lorsque vous passez vos appels ou de répondre très très discrètement**

**° Les prix pour les déplacements sont calculés pour 3 personnes. Si plus de personnes s'inscrivent le prix diminuera en fonction.**

**°Philippe T est notre référent tabac...n'hésitez pas à le solliciter (selon ses disponibilités).**

***Michaël B propose 1 aide informatique sur RDV***

### *Vos représentants "adhérents" au Conseil d'Administration sont :*

- Stéphan APRAHAMIAN, Président
- Fatah SENADLA, Vice-Président
- Michaël BOHY, Trésorier
- Jean-Michel HARTMANN Vice Trésorier
- Christelle REINHART, Secrétaire
- Philippe TOLVAI Vice-secrétaire
- Julien HEITZ Assesseur
- Farid TAHRAOUI, Assesseur
- Salah BOULAA, Assesseur
- Jean-Sébastien MOST, Assesseur

*Les Adhérents formés à l'Aide et Soutien aux Adhérents peuvent faciliter votre intégration dans l'association, vous rendre visite si vous êtes hospitalisé...*

### **Prochaine Réunion adhérents : Jeudi 13 septembre 2018**

**Vous êtes partie prenante de la vie de l'association du GEM...alors n'hésitez pas à vous exprimer, à vous investir.**

#### Pour soutenir les projets du GEM les Ailes de l'Espoir, vous pouvez faire un don !

En retournant ce bon de générosité accompagné d'un chèque à l'adresse suivante. GEM les ailes de l'espoir 4 avenue Robert Schuman 68100 Mulhouse, vous pouvez bénéficier, en tant que :

Particulier : une réduction d'impôts à hauteur de 66% des sommes versées dans la limite de 20% des revenus imposables

Entrepreneur : ouvre droit à une réduction d'impôts égale à 60% de votre montant de versement, pris dans la limite de 5 pour mille du chiffre d'affaires, effectués par les entreprises assujetties à l'impôt sur le revenu ou à l'impôt sur les sociétés.

Nom  
mail ou tel :

Prénom

adresse

montant du don